



欢迎来到善良 在里面课堂！

我们很高兴您选择了 CASEL 批准的社交情感学习 (SEL) 课程来帮助您的员工在学校营造友善的文化。

营造健康、友善的学校文化工作事情，这一切始于像您这样强大的学校领导。那么，您如何帮助该计划尽可能成功呢？首先要解决您以及教师和员工的自我保健问题。

如果教育工作者在社交和情感上不健康，就很难培养学生的这种健康。

为此，每个课堂上的善意 课程计划以简短的开头“老师联系/自我照顾”反射¹这有助于教师将课程的概念应用于个人以及他们的专业空间和关系中，这将为他们提供独特且扎实的视角来教授课程。我们鼓励教师在给学生上课之前进行这些反思。

¹A 样本教师联系/自我保健反思从六年级的课程来看，“尊重。- 在我们的文化中”：

教师联系/自我照顾

文化是尊重的重要体现。如果文化中的人们尊重自己和他人，那么这种文化就是健康的并且有能力成长。如果文化中的人们不尊重自己和他人，那么这种文化就是不健康的，即使不是倒退，也会保持固定和停滞。你们学校现在的文化怎么样？你的课堂文化怎么样？您可以采取哪些措施来改善文化并提高尊重的能力？本周围绕改善课堂文化设定一个目标，并努力在接下来的几周内实现这一目标。观察您和您的学生在实现目标后如何改善给予和接受尊重。

您也可以支持教师迫切需要自我照顾。以下是一些建议：

- ☐ 参加：每周阅读《教师联系》。告诉您的员工您将与他们一起练习这些技能，并将联系中的想法和主题插入到您的员工沟通中。
- ☐ 表达感激之情：召开员工会议时要进行“感谢检查”。让您的员工知道您对他们的工作和学校社区的感激之情，并邀请其他人分享他们感激的事情。
- ☐ 将自我保健纳入日程安排：检查每日/每周的日程安排，看看是否有机会在一天中建立“教育者自我护理”。即使每个人都有意暂停 15 分钟，也会产生很大的不同！
- ☐ 报到：承诺与您的员工核实他们的自我保健情况。如果您发现有人看起来特别疲倦或疲惫，请查看。看看他们需要什么才能做到最好！
- ☐ 认出：有意识地承认员工的辛勤工作，并点出名字，确保在任期内的某个时刻你认识每个人。

**RANDOM ACTS
OF KINDNESS**
FOUNDATION®